Vol. 277 | 毎月１日発行

[マンゴスティン倶楽部]

Mangosteen Club

シンガポールのお役立ち情報満載のフリーマガジン

10
October.2021

特集
シンガポールのイタリア料理を食べつくせ！
イタリアン大解剖

Regulars

Beauty 気になるあの人のキレイの秘密

Kids 一日一歩、親子で成長

お得な情報を毎日更新！

マンゴスティン倶楽部

MCI(P) 078/02/2021

シンガポーリアン **メイドサービス**

マンゴスティン限定

17周年記念 プロモーション **最大$100off**

* ＊ハウスクリーニング S$20/h〜
* ＊パートタイムメイド
* ＊パートタイムベビーシッター
* ＊産褥アマさん

A-Team Amahs & Cleaners ※プロモーションは期間限定、詳細問合せ。

Tel: 6100-6122/ 6100-6132 詳しくは www.a-team.com.sg

シンガポールの離島は楽しい!

だいびんぐやさん!

日本人インストラクターのいる店

SPEC

Scuba Photo & Equipment Centre

TEL：6732-5582（日本語でどうぞ）

www.specdivers.com toiawase@specdivers.com

150 Orchard Road #05-44 Orchard Plaza

週末2回(4日)で取得可能!【日本語コース】

シンガポール国内だけでダイバーになれます!

日帰りダイビングが面白い!

ちょっとだけ贅沢!

今話題の"ボートクルージング!"

海で"シンガポールのBBQ"

日本人クルー乗船 $600より

KIN HOI

Kin Hoi Seafood

お家で楽しむ本格派タイ・シーフード

島内２時間以内にお届け！

シーフード プレミアム ロブスター エディション $108

さまざまな種類を味わえる、当店自慢の１品！家族や友だちでシェアしよう。

インド洋 深海ジャンボえびのグリル (8 pieces) $56.80

えび好きにはたまらない香ばしいグリル。チリソースは、腕利きシェフのおばあさんのレシピ。１度食べたらやみつきに。

Kin Hoi Seafood

8866-8668

ホーランド店 Block 6 Holland Close, (S) 271006

トアパヨ店 168 Toa Payoh Lor 1 (S)310168

11am to 9pm 無休

www.kinhoi.sg

デリバリーのメニューと注文はこちらから

マーライオンマスク

半額 50% OFF セール

$6→$3

販売店はこちら

【JIJIJAJA】100 Orchard RD Concord Hotel #03-07

【るるぶ Shop】Takashimaya S.C. #03-11C

【日本人会】Club Shop 日本人会内1F

HIFU しわ たるみ

（高密度焦点式超音波）

虫眼鏡で太陽の光を1点に集めるように、深い脂肪層と筋層の間に位置する「SMAS筋膜」に熱刺激を与えることによって肌を引き締めます。

初回全顔 **$980**（税別）

シミ、そばかす、肝斑に

Qスイッチレーザー

色素沈着の原因であるメラニンを熱により破壊します。

初回 **$160**（税別）

医療レーザー脱毛

全身脱毛

エステに比べ、短期間での脱毛が可能です。

$6,000（税別）

目の下のクマに

4Dアイリフトレーザー

レーザーでコラーゲンを増生し、目の下を引き締め、クマやくすみを改善します。初回1回 **$400**

目の下のくぼみ、しわ、クマを改善

ヒアルロン酸注射

$850（税別）

ワキガ、ワキ汗に

ミラドライ

* 切らない手術
* 傷跡が残りません
* 短い手術時間とダウンタイム

$2,500（税別）

東京ガーデン 小顔プラン

HIFU × エラボトックス × あごフィラー

$2,000（税別）

プレミアムフェイシャルメニュー

お肌の深層まで保湿!

IPL＋ライト＋ジャパニーズミネラルマスク **$148**（税別）

お肌の角質をキレイに!

ディープクレンジング＋エクスフォリエーション＋マスク **$38**（税別）

透明感のある肌へ!

Vマックスフェイシャル＋マスク **$188**（税別）

TOKYO GARDEN

東京ガーデンメディカルエステティック

435 Orchard Road, Wisma Atria, 15th Floor 15-04 S(238877)

ご予約は日本語で Info Tokyo Garden

9664-1286（Whatsapp/SMS可）

info@tokyogarden-clinic.com

日本語での問い合わせ、日本人スタッフによるカウンセリング通訳サポートが可能です。

Mangosteen Club 10 2021 October

CONTENTS

Features

特集

シンガポールの
イタリア料理を食べつくせ！
イタリアン大解剖 P5

Regulars

9 BEAUTY
15 KIDS

WEB＆SNSもチェック！

www.mangosteen.com.sg

mangosteenclub @wmk9608s
mangosteenclub_singapore

※2021年9月22日現在、シンガポール政府の感染症対策のため、引き続き様々な規制が行われています。本誌で紹介している各店舗は通常通りの営業が行われていますが、ご利用できる条件や人数・サービス内容に変更が入る場合や、本誌発行時には状況が変わっている場合があります。ご利用時には、事前に店舗へご確認を取っていただくことを推奨します。

PUBLISHER / Yasuko Suzuki / WAon Pte Ltd / 10 Anson Rd. #14-06 International Plaza, (S)079903/ Tel: (65) 6324-2127
EDITOR IN CHIEF / Toru Hagi **EDITORIAL TEAM** / Yuka Suzuki / Saho Hasumi
WRITER / Fumi Yamada / Tamie Hirano **DESIGN TEAM** / Katsuhiro Onodera
SALES TEAM / Kumi Himeda(sales@mangosteen.com.sg) / Eri Hashimoto / Hiromi Watanabe / Ruriko Furukawa / Megumi Yamazaki

© WAON PTE LTD

本誌の全部または一部を無断で複写および転載することは禁じられています。本誌に掲載の情報は、特別な記載がない限り2021年9月22日現在のものです。情報内容やプロモーションは予告なく変更される可能性がありますので、ご了承ください。プロモーションやクーポンの有効期限は、特別な記載がない限り発行月の末日までとし、他の割引やプロモーションとの併用はできません。特別な記載がない限り、表示料金はシンガポールドルで、税･サービス料は含みません。

PRINTING
NPE PRINT COMMUNICATION PTE LTD
39&41 Kallang Place (S)339169
License No. L006/12/2020

FSC MIX from responsible sources FSC™ C126803

PRINTED WITH SOY INK
Paper from Responsible Forests

美容師として「私のコロナウィルス対策！」

武田智明（TAKE）さん

日本の美容の中心である南青山、表参道、原宿の有名美容室で店長として 17 年間活躍。

活動実績
- Fine Boys(日の出出版) 掲載
- おしゃれヘアカタログ (日の出出版) 掲載
- ベストヘアカタログ 800(マガジン・マガジン社) 掲載
- 男髪無双 (マガジン・マガジン社) 掲載
- SONY デジタルカメラ a7 の HP にヘアスタイル掲載
- 2019 海外ファッションマガジン h4ufme 掲載

コレクション出演経歴
- 2019 Milbon Singapore Spring Summer collection

"TAKE" Singapore
Japanese Hairsalon
タケ シンガポール ジャパニーズ ヘアサロン

9181-6531（SMS / WhatsApp）
92 Arab St. #02-01, (S)199788 ブギス駅徒歩 5 分
www.takesgjapanesehairsalon.com
tomoaki.takeda takejapanese tomoaking3
s.ameblo.jp/tomoaking33

＼くわしくはコチラ ／
武田智明 で検索！

当店はセット面 8 席、待合 3 席、シャンプー台 3 台の広々とした空間に三密対策としてスタッフ 1 ～ 2 名体制で営業しています！

スペシャリスト美容師として出来る事!!
熱い想いを書きます!!
コロナウィルスの世界中への拡散で、世の中が不安な暗い方向に進む中、早く終息に向かう事を願う日々です。
私は美容師です。
世界中の人々を救う特効薬も作れません。
しかし、美容師は美容を通じてお客様を笑顔に元気に変える力があると思っています。
今の自分、プロフェッショナル美容師として出来る事、
こんな時こそ美容師として、
プロフェッショナルとして
熱く!熱く!
パッションを燃やし、
技術を研ぎ澄まし、
目の前のお客様を全力でステキにして、
より多くのお客様を笑顔に!
元気に変えていきたいと思います!!
美容師には世界を変える力がある!!!
全力で!
必ずステキにさせていただきます!!!

[オープニングプロモーション]
（ご新規の方のみ）

カット トリートメント	$170–190 → **$150**
カット カラー トリートメント	$250 → **$180**
カットカラー UP グレードトリートメント	$280 → **$210**
ケラチントリートメント	$350 → **$320**
カット 縮毛矯正 トリートメント	$340–380 → **$300**
セットメニュー	**10%off**

エアコンのメンテナンス・修理なら信頼と実績のTOYOエアコンへ

プロによる熟練の技術・質の高いサービス

比べて下さい！ 良心価格

エアコン掃除1台 $50
2台以上で1台 $35

•年間契約（年4回）•
2台$250 3台$350
4台$450 5台$550

TOYO エアコン TOYO AIRCON

Tel : 6899- 6788
森藤・大村・ウィリアム(HP:9657-6514)
月～土 9:00～18:00
日本語ウェブサイト : www.toyoaircon.sg
メール : service@toyoaircon.sg

シンガポールで **14年！4万件の** ITサポート実績

ITの「困った」をカワテックが迅速解決します！

・日本語PC販売、PC修理、データ復旧
・IT保守サポート など **200以上** のお困りごとに対応しています。

お悩み解決まで 最短1日

法人・個人どちらも対応！

店舗持ち込みOK
Win・Mac・自作PCまで対応可能！
日本人スタッフが対応します。(担当:福田/小西)

日本にいる感覚で親身に笑顔でITのお困りごとを解決します

Kawatec 6743-4530 ご相談・お見積無料
ブギス駅より徒歩5分

http://www.kawatec.com/ 受付時間 9:00～18:00(日曜・祝日定休)
420 North Bridge Road #03-20 North Bridge Centre (S) 188727

コンタクトレンズのことなら日本人スタッフ常駐の
コンタクトレンズ専門店
Hirocon へお越しください。

HIROCON

最新設備を使って専門のオプトメトリストが精密検査と適切なアドバイスを致します。

オーチャードゲートウェイ店 ※日本人常駐
☎ 6702-3777
277 Orchard Rd. #B2-28 Orchardgateway
※サマセット駅直結 the underground 沿い
11:30-20:30 無休

ワンラッフルズプレイス店
☎ 6221-7737
1 Raffles Place #03-26 One Raffles Place
月～金 11:00-20:00
土 11:00-15:00 日祝休

Fusionopolis 店
☎ 6363-3977
1 Fusionopolis Way #B1-10 Fusionopolis One
月～金 11:00-20:00 土日祝休

プロモーション
★ 精密検査料
$50 → 無料
★ 1day レンズ半年分以上
2week レンズ or
1month レンズ 1年分
いずれか購入で
メガネ1式プレゼント！
※一部商品を除く
※マンゴスティンを見たとお伝え下さい
※2021年11月1日(月)まで

http://hirocon-net-sg.com

※日本人スタッフを希望の方は要予約

異国情緒あふれるアラブ・ストリートでお気に入りの1枚を探そう

日本人に大人気！
品揃え1000種以上の
カーペットの名店へ

お部屋のインテリアのアクセントとして、あるいは主役として1つはほしいお気に入りのクロスやカーペット。本店の品揃えは1000以上と豊富で、日本人の間でも大人気！玄関マットやペルシャ柄テーブルクロス、座布団、クッションカバーなど、気軽に手に取れる品々もたくさん。イラン出身のオーナーは、日本人の友人が多く日本人の好みに精通しているので、ぜひどんなものが欲しいか気軽にご相談を！また、同じオーナーが経営するランプ屋さんも近くにあるので、ぜひ立ち寄ってみて。

Promotion
今なら最大 70% OFF !!
※プロモーション対象商品や詳細はお問合せください。

Haji Tawakal Carpets 62922340 / 96114649 52 Arab St, (S) 199749
10:00 – 21:00 無休 https://carpetbazaar.sg/
Hajicarpet

歯を大切に

高度な技術による確かな治療を、ご提供しております。

歯科医師 杉崎由美子

エステートスマイルスタジオ
AESTHETE SMILESTUDIO
総合歯科診療
8128 8128(日本語専用 /WhatsApp/SMS) OR 64383811
dental@aesthetesmilestudio.com

Q&M デンタルグループ

全民 Q&M

シンガポール最大のプライベート・デンタルケア・グループ
2つの**日本人歯科医師常駐のクリニック**が
安心の歯科サービスを提供

サマセット院
Tel: 6732-6568
9176-5615 (いずれも日本人受付)
181 Orchard Rd, #04-14/19 Orchard Central
Singapore 238896 (サマセット駅 直結)
月～水・金 9:00-13:00／14:00～18:00
木 9:00-13:00・土 9:00-17:00
日祝日休診 / 不定休あり 要問合せ

LEE & LEE DENTAL SURGEONS
(日本人クリニック)
Tel: 6535-6113
9720-0108 (日本人受付)
10 Collyer Quay, #03-05 Ocean Financial Centre
(ラッフルズプレイス駅 A出口 徒歩1分)
月～金 9:00-17:00
土 9:00-13:00 日祝休
インビザラインの歯列矯正も行っています！

■診療科目
・歯石除去 & ポリッシング
・クラウン&ブリッジ ・充填
・インプラント ・抜歯
・親知らずの抜歯 ・入れ歯
・歯内治療 ・矯正
・ホワイトニング
キャッシュレスサービス、
各種保険の取り扱いあり

サマセット(センターポイント)院
有本絵美子ドクター
大阪大学歯学部
第2口腔外科所属
歯学博士

ラッフルズプレイス院
(LEE & LEE DENTAL)
伊藤順子ドクター
東北大学歯学部

www.QandM.com.sg/Japan www.fb.com/QandMDentalGroup

シンガポールのイタリア料理を食べつくせ!

イタリアン大解剖

みんな大好きなイタリア料理。イタリアは南北に長く、土地ごとに気候風土が異なるため、その土地の多彩な食材を取り入れて、さまざまな調理法=郷土料理が誕生しました。パスタの種類は地域ごとに違うだけじゃありません。

また世界中で愛されているだけに、イタリア料理店のない国はないほど。国によって食の好みや気候風土に差があるから、その国でさらに独自の進化を遂げている………実は奥が深いのです! 日本とシンガポールのイタリアンの違いを考えたことがありますか?

「ワイン片手に、焼きたてのピザや手打ちパスタを味わうと、まるでイタリアにいるよう」と言ってる、アナタ!　ひと言で「イタリアン」といっても、あなたのお好みはどの料理ですか?

マンゴスティン倶楽部では、シンガポールのイタリアンを大解剖。カジュアルに楽しめるイタリアンから、ちょっと大人なイタリアンまで、イタリアンレストランを総まとめ。日本の美味しいイタリアンに慣れたグルメも満足させるレストランはどこか? シンガポールのイタリア料理を食べつくして、アナタ自身が審査員になりましょう!

イタリア全地域
Dolce Vita

北イタリア地方
La Nonna(ロンバルディア州)
Spizza(ロンバルディア州)
Ristorante Da Valentino(ミラノ)
iO Italian Osteria(リグーリア州)

トスカーナ地方
Trattoria Nonna Lina
iO Italian Osteria

南イタリア
Limoncello
La Braceria
iO Italian Osteria (プッリャ州)

シチリア島
Etna Italian Restaurant
iO Italian Osteria

シンガポールでも楽しめる本格的なイタリア料理　好みはどっち?

南イタリア料理はあっさり

イタリア半島の先端にあるため、海から新鮮な魚介がたくさん獲れ、また温暖な乾いた地にはオリーブやトマトなどの野菜が良く育ちます。トマトやオリーブオイルを使うものは、実はイタリア南部の料理。ピッツァ・マルゲリータ、ナスの料理カポナータ、アクア・パッツァなどは日本人にも人気です。

北イタリア料理はこってり

アルプス山脈の麓に位置し、ミラノやフィレンツェなどがあります。比較的寒冷なため乳製品を使ったもの、煮込み料理、ジビエなどの肉料理が好まれる一方、ヴェネツィア周辺では魚介類も。ミラノ風カツレツやリゾット、ティラミス、イカスミのパスタなどが有名。

Lombardia（ロンバルディア料理） 食べる人を元気づける！ 伝統料理

グルメスポット、ホランドビレッジにあるモダンなお店。La Nonnaはイタリア語で「おばあちゃん」の意で、家庭的な雰囲気の中、心のこもった料理を楽しめる。サクサク食感が人気の「ピザラノンナ」、食べごたえ十分のお肉料理やパスタ、デザートで至福の時間を！

PROMOTION
1 FOR 1
（ピザ、パスタ、メイン料理から1つ選択）
※ランチのみ※月～土のみ（祝・祝前日除く）

La Nonna ラ ノンナ

6468-1982
26/ 26B Lorong Mambong, (S)277685
月～金 11:30-14:30 17:30-22:00　土日祝 11:30-22:00
info@lanonna.sg　lanonna.sg　lanonna.sg

Lombardia（ロンバルディア料理） 本格派！窯焼きパリパリ食感ピザ

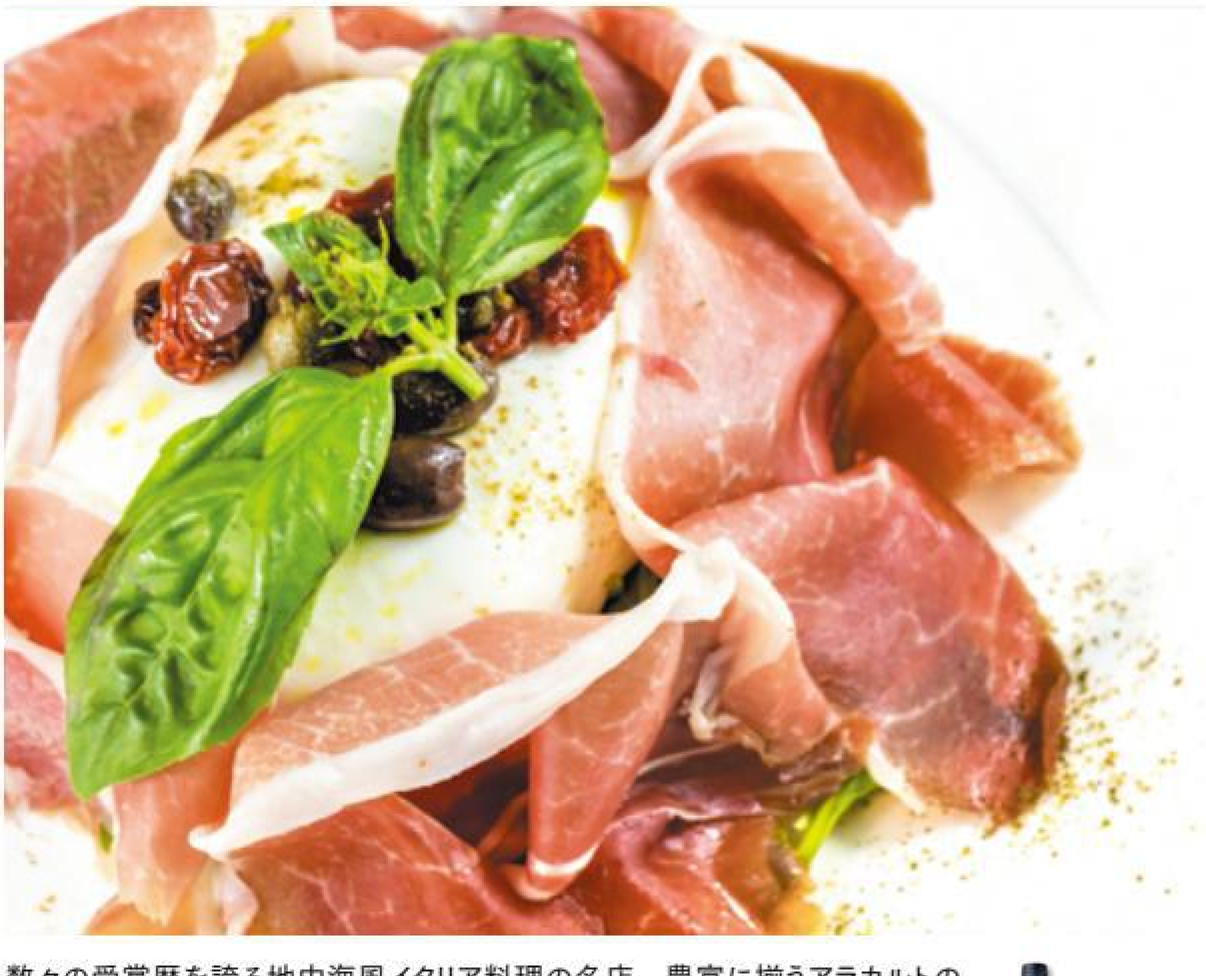
2002年のオープン以来、家族や友だちと気軽に楽しみたいイタリアンとして人気を博し、今では島内に3店舗展開。主力のピザはその新鮮さにこだわりあり！ピザ以外にもサラダ、スープ、自家製パスタなどのメニューが豊富で飽きさせない。

PROMOTION
1 FOR 1
（ピザまたはパスタ、1つ頼むともう1つ無料）
※平日のみ（祝・祝前日除く）※テイクアウトのみ
※ご来店または電話予約のみ注文可

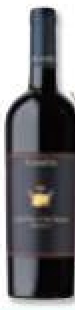
Spizza スピッツァ

ブキティマ店
6333-8148　271 Bukit Timah Rd. #01-09 Balmoral Plaza, (S)2597085
月～金 12:00-14:30 18:00-22:30　土日祝 12:00-22:30
※ジャランカユ店、ハヴェロック店（テイクアウトのみ）もあり
info@spizza.sg　spizza.sg　spizza.sg

Sicilian（シチリア料理） アラカルトが充実の地中海風イタリアン



数々の受賞歴を誇る地中海風イタリア料理の名店。豊富に揃うアラカルトの中でも、たっぷりのチーズとブラックトリュフの贅沢ピザやイカスミとウニのパスタ、リブステーキは同店の看板メニュー。料理に合わせてソムリエが選ぶワインも秀逸だ。今月のオススメワイン「Santa Cecilia 2017」とのペアリングを楽しんでみてはいかが？食後には本場のレシピによるピスタチオのティラミスもぜひ試したい。今なら平日ランチセットや週末限定シェフおすすめスペシャルなど、お得なプロモーション実施中。ダクストンとイーストコーストの2店舗あり。



おすすめワイン
Santa Cecilia 2017, Planeta (Region: Sicily) $148

PROMOTION
ランチセット（3コース）　$27.80
※月～金 12:00-14:30（祝日除く）
週末限定シェフスペシャル
※詳細はFBにて随時更新！要確認

MENU

ブッラータチーズと生ハムのロケットサラダ	$28 (150g) / $42 (300g)
イカスミとウニのトンナレッリパスタ	$32
リブステーキのマッシュルームソテーとローストポテト添え	$48
2種のチーズとハムのピザ、イタリアンブラックトリュフペースト添え	$30
ピスタチオティラミス	$14

Etna Italian Restaurant
エトナ イタリアン レストラン

6220-5513　49/50 Duxton Rd. (S)089513　12:00-14:30 18:00-22:30 無休
etnaitalianrestaurant.com.sg　EtnaItalianRestaurantPizzeria　etnaitalianrestaurant
※イーストコースト店もあり

Facebookはこちら　ブランドストーリーはこちら

イタリア全地域

素朴な家庭料理が味わえる「大人の隠れ家」

アッパーブキティマの豊富な緑が眺められる開放的な雰囲気の同店では、"気軽な食堂＝オステリア"をコンセプトに、素朴でシンプルなイタリアの家庭料理が堪能できる。中でもオルキエッテやさまざまな種類が味わえるピザのアソート、豚バラ肉によるポルケッタなどは定番人気のメニュー。新鮮な素材にこだわったクオリティの高い味わいが自慢だ。ワインやビール、カクテルを提供するハッピーアワーも楽しめるので、グルメな友達を誘って訪ねてみよう。

おすすめワイン

Rouge de Vallee, La Kiuva (Region: Valle d'Aosta) $98

PROMOTION

ハッピーアワー 1杯$10
(ビール・ワイン・カクテル)イタリアンスナック付き
※月-木 15:00 - 18:00(祝日除く)
週末限定シェフスペシャル
※詳細はFBにて随時更新！要確認

MENU

オルキエッテ	$19
アソーテッドピザ	小$9/中$24/大$29
ポルケッタ	小$9/大$18

iO Italian Osteria イオ イタリアン オステリア

6710-7150　4 Hillview Rise #02-01 HillV2, (S)667979　月〜金 11:30-22:00　土日 10:00-22:00　無休
io-osteria.com　IOOsteria

Milano (ミラノ料理)

家庭的な雰囲気の中で 情熱の北イタリア料理を

ミラノ北部の都市メーダ出身のシェフ・バレンティーノ氏を筆頭に、彼の家族とスタッフによる温かなおもてなしに定評あり。アットホームな雰囲気溢れる開放的な店内では、本国直輸入による旬の素材を使った伝統的な家庭料理が楽しめる。種類豊富なパスタやピザ、店自慢の大人気、ラムのグリルなど、北イタリアの洗練された味わいと美しい盛り付がグルメ心をわし掴みに。大人数はもちろん、一人でも気兼ねなしに訪ねてほしい。個室（最低利用料金設定あり）も人気。わざわざ行きたい穴場の一軒だ。

おすすめワイン

BARBARESCO 2005 SANSILVESTRO $175

PROMOTION

会計金額より20%OFF
※2022年1月15日まで

MENU

トミノチーズ	$38.90
ラムのグリル(Min.2本から)	$19.90/本〜

Ristorante Da Valentino リストランテ ダ ヴァレンティーノ

6462-0555 /9463-8033(SMS)　200 Turf Club Rd. #01-19, (S)287994 (South Carpark 側)
月〜日 12:00-14:30　18:00-22:00 無休　reservation@valentino.sg
www.ristorante-da-valentino.com　RistoranteDaValentino　ristorante_da_valentino

Toscana (トスカーナ料理)

長年受け継がれてきた味を楽しんで

まるでイタリアに来たかのような雰囲気が味わえる当店は、トスカーナ出身のイタリア人ファミリーが切り盛りするレストラン。4代に渡って受け継がれている秘伝のレシピと温かな雰囲気で本場の家庭料理が味わえる。グリルやカルパッチョなど、素材の魅力を生かしたメニューから、手打ちパスタ、季節ごとに替わる旬の食材を使ったメニューも見逃せない。ボリューム満点の品々は、自慢のワインやクラフトビールとも好相性。大切な家族や仲間と何度も訪れたくなる一軒だ。

おすすめワイン

Il Ponte Balto Super Tuscan IGT 2018 $88

MENU

Il Ponte Balto Super Tuscan IGT 2018	グラス$18／ボトル$88
パッパルデッレ	$35
ポルチーニとトリュフのビーフカルパッチョ	$35
タコのサントステファネーゼ風	$36

Trattoria Nonna Lina トラットリア ノンナ リーナ

6222-0930　61 Cantonment Rd. (S)089757　火〜日 12:00-14:30 18:00-22:30　月休
www.nonnalina.sg/

Southern Italy（南イタリア料理） 極上イタリアンでとっておきのひと時を楽しむ

ロバートソンキーの遊歩道に面した人気のイタリアン。前菜からメインのステーキや魚のグリル、ピザ、パスタといずれも本国イタリアの食材や日本から仕入れた魚介類を使い、素材の良さを生かした絶品が並ぶ。予約は電話またはメールにて。

PROMOTION

会計より10％OFF

※同店ウェブ（www.limoncello.sg）のオンライン予約でプロモーションコード「mango10」を入力すること※プロモーション併用不可

Limoncello リモンチェッロ

6634-5117
95 Robertson Quay #01-19/20, Rivergate, (S) 238256
月火 17:30-22:30　水～日 11:30-14:30 17:30-22:30　無休
limoncellosg@gmail.com　limoncello.sg　Limoncellopizzagrill

Southern Italy（南イタリア料理） 居心地の良い雰囲気にリピーター必至

ブキティマの閑静な住宅にあって、本格イタリアンを肩ひじ張らずに楽しめる同店。地元の新鮮食材やイタリアから取り寄せた食材を使い、20 年以上の経験を持つ世界的に有名なシェフが腕をふるう。料理に合わせてイタリアワインもぜひ味わって。

PROMOTION

会計より15％OFF

※同店ウェブ（www.labraceria.com.sg）のオンライン予約でプロモーションコード「brace10」を入力すること　※プロモーション併用不可

La Braceria ラ ブラッチェリア

6465-5918
5 Greendale Ave., (S)289501
火～日 12:00-14:30 18:00-22:30　月休
labraceria@yahoo.com.sg　labraceria.com.sg　La Braceria

イタリア全地域 新進気鋭のシェフによるモダン・イタリアン

マンダリン オリエンタル シンガポールの5階にある同店は、旬の食材を使った最高のイタリア料理が堪能できる。10年以上の経験を持つシェフ、ニッコロ・フェラッツァーニ氏が新シェフに就任し、ドルチェ ヴィータを指揮。前菜、手打ちパスタ、リゾット、メインディッシュを提供する。5つ星ホテルの名にふさわしい上質な素材による料理はもちろん、ワイン愛好家のために100種類以上のラベルを揃えたワインセラーを完備。伝統とモダンを合わせた洗練の料理とのペアリングを楽しもう。

おすすめワイン

Montes Alpha Cabernet Sauvignon 2018 $120～

MENU

白トリュフのディナーメニュー ………… $148（ワイン・ペアリング+$70）

※2021年10月と11月の2カ月間限定メニュー

Dolce Vita ドルチェ ヴィータ

6885-3500　Mandarin Oriental, Singapore, 5 Raffles Ave. Marina Square (S)039797　木~日 12:00 -14:30　18:30 -22:30　月~水休
mosin-dining@mohg.com　mandarinoriental.com/singapore

Salute ～！お家でもイタリア気分！

マンゴスティン倶楽部では、ウェブでもイタリアンのデリバリー・テイクアウトを特集中！

今月号の誌面に掲載したレストランのメニューに加えて、ウェブだけに掲載のレストランも。
ご注文方法やデリバリー・テイクアウトの営業時間も載っているので便利。早速QRコードからチェック！

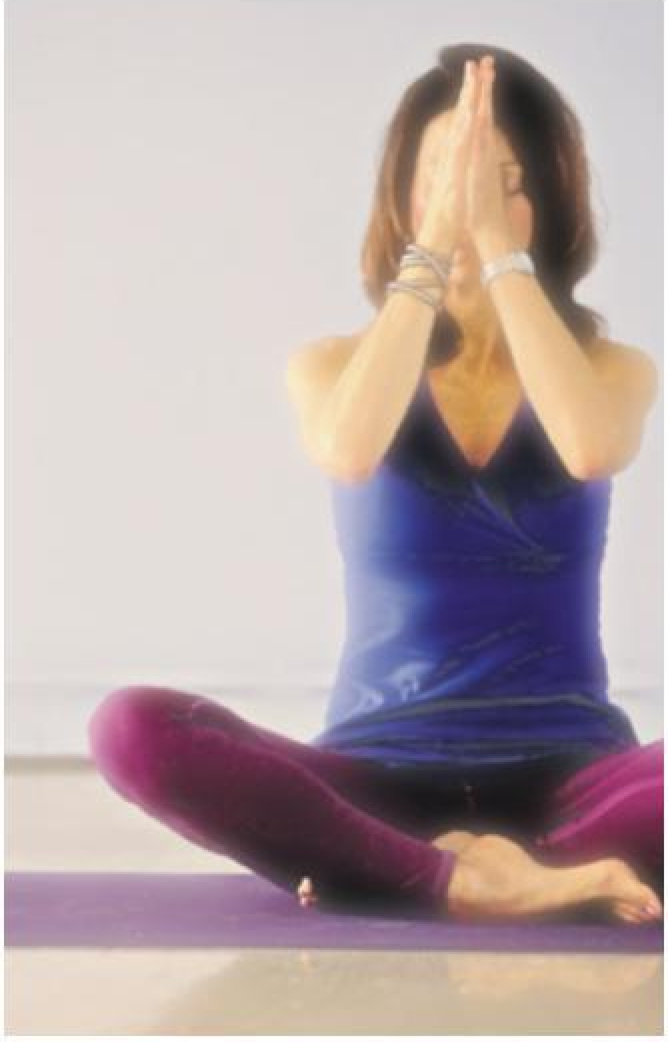
素敵なお皿やクロスでテーブルを飾って、美味しいワインと一緒に、
お家でもイタリアンパーティーはいかがでしょう？

BEAUTY

気になるあの人のキレイの秘密

香りパワーを取り入れてリフレッシュ&リラックス

美容は日々の積み重ね。ストレスをためず元気で美しい体の維持のためには、栄養をしっかりとり、サロンに通ったりマッサージを受けたりしてメンテナンスを続けるのが有効ですね。さらに、お家時間でもリラックス効果を高めるために、もうひと手間かけて「香り」をとりいれてみましょう。



「香り」を上手に使えてる?

フレグランス専門店では、スッキリ系、柑橘系、ハーブ系等たくさんの商品があります。というのも自分の体調や気分で香りの感じ方は変わるもの。直感を大事にして、使用する場所や気分によって気に入ったものを選びましょう。「何か違うな」と思った時は、別のものに切り替えてみてください。驚くほどリフレッシュできます。リビングルームで使うものの他にも、仕事や勉強、ヨガなどアクティビティの時には、スプレータイプのルームフレグランスを一拭き。頭の切り替えにもなりますよ。

休憩時などリラックスしたい時の飲み物にはハーブティーなど温かい飲み物や、就寝時は落ち着くハーブ系のフレグランスを選ぶことも多いのでは。実はお味噌汁の〝ダシ〟の香りにも同じような効果があるのです。和の香りの効果も侮れません。料理のダシの香りなどを変えてみるのも新鮮です。シャワータイムもスッキリ系のボディーソープを選ぶなど、いろいろ工夫ができますね。もちろん、全部をやる必要はなく、快適だと思う場所やタイミングを選ぶのがポイント。

ストレスがたまると呼吸が浅くなりがち。香り効果を上手に使い、深呼吸して今日も美容に励みましょう!

編集スタッフがオススメする香りパワーの商品

THE BODY SHOP TEA TREE BODY WASH

肌トラブルに効果のある同シリーズは、すっきりとした香りで人気。

DR. VRANJES FIRENZEの Acqua

有名なルームフレグランスのシリーズ。さわやかで控え目な香り。

THE BODY SHOP FRENCH LAVENDER PILLOW MIST

穏やかで深みにあるラベンダーの香りのピローミスト。

MUJI Essential oil Japanese cypress

ヒノキの芳醇な香り。アロマとして使うのも、足湯に垂らすのも◎。

詳しくは www.mangosteen.com.sg へ!

ハリーメディカルエステティックス

Halley Medical Aesthetics

オーチャード

信頼と実績の日本人在籍クリニックで ハリのある若々しい肌を取り戻す

若く美しい肌とボディを手に入れるなら、経験豊富な日本人セラピストが在籍する美容クリニックへ。中でも人気メニュー「ウルセラピー」は、あの米国食品医薬品局（FDA）にも承認された若返りのためのリフティングケア。目元のたるみやシワ、頬や首もとなどに効果的に働きかけ、見違えるほどキュッと引き締まった印象に。今月は、高密度パルス照射との組み合わせで顔・首元にさらなる効果が期待できる「ウルセラピーアンプリファイ」が期間限定で登場！個々の肌悩みもじっくり相談できるこの機会に、ぜひ試してみてはいかが？

Dr. Terence Tan（左から２人目）、Dr. Mark Lim（左から３人目）と2人の日本人セラピストが在籍

Halleyの最新ウルセラピーでリフトアップ！

シワやたるみが気になる肌と年齢が出やすい首元を集中的にケア！今までよりも多い800ラインというショット数のマイクロフォーカス超音波によるウルセラピー治療が登場し、より高密度のパルスを照射することで目元や頬、フェイスライン全体を効果的に引き締めてリフトアップ。Halleyは、優れた診察・治療計画・高い技術が認められている当地でも数少ない「ウルセラピーSPT」認定の実績あるクリニック。日本人の肌を知り尽くした信頼できる美の専門医で、いち早く若い肌を手に入れよう。

Halleyの最新ウルセラピー５つの特徴

1. 目の下の気になるたるみを改善。
2. シワが目立たなくなってハリがアップ！
3. 目のくまが改善して透明感のある若い肌に。
4. 頬、首、目のまわりの皮膚がキュッと引き締まる。
5. 顔全体をシェイプして理想的な小顔を実現。

今月のおすすめメニュー

期間限定 Halleyコンサルテーション
フォートナイト………$3,500
・ウルセラピーアンプリファイフルフェイス&あご裏
・ベロテロフィラーを1シリンジ追加($300)
2021年10月2日〜16日まで
※GST込。詳細は要問い合わせ。諸条件あり

HALLEY Medical Aesthetics

6737-8233 / 8280-8720（日本語・SMS可）
277 Orchard Rd. #03-15 Orchardgateway, (S)238858
10:00-21:00 無休
info_japanese@halley.com.sg
www.halley.com.sg/jp
Halleymedicalaestheticsjapanese
halleymedicalaestheticsjapan
japanesevideos.halley.com.sg

ウルセラピー・フルフェイス&あご裏 （500ライン）	$3,200
ピコシュア お肌の若返り	$590
あなただけのプラチナハイドラフェイシャル	$280
Halley's IPL 1セッション	$195
アンチエイジング・ピール	$190

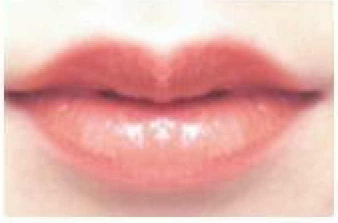
※GST込。詳細は要問い合わせ。諸条件あり

ラルゴ トウキョウ

LARGO tokyo

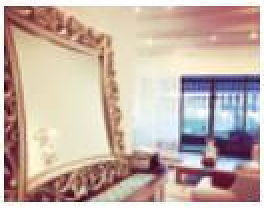
タンジョンパガー

NEW 3D アイブロー（ストローク眉）+アイライン



痛み少なく抜群の仕上がり！LARGO独自のアートメイク技法「雅彫り」

流行の発信地、表参道で人気サロンを経営し、多くの芸能人も手掛けて来た水谷亜紀さんのアートメイクは独自の技法「雅彫り」による驚異のナチュラル眉が特徴！アートメイク歴15年・施術経験3万人を超える確かな技でダウンタイムなく素顔美人に。使用カラーはSGS認可で変色が少なくMRIにも安全。パウダーメイクを再現する「マシン彫り」、リアルな毛並みを描く「手彫り」と好きな技法を選べ、人相学・骨格から黄金比に基づくデザインでイメージを固めてから施述に入るので満足度が高く多くのリピーターを生んでいる。



8399-9034 68 Tras St. #03-02, (S)079007
10:30-19:00（最終受付） 不定休
largotokyo1@gmail.com largotokyo.com/
症例写真はこちらから http://instagram.com/largo_tokyo/
★レンタルサロンもスタート★
月会費 $300 + 利用料 $10/h（最低2時間〜）
【募集業種】まつもエクステ、ネイル。その他相談可

[PROMOTION]

★初回限定トライアル

眉	$450→	**$350〜**
眉+アイライン上	$950→	**$700〜**
眉+ライン上下	$1150→	**$900〜**
リップ	$400→	**$350〜**

★セット割引き

眉2回セット	$900→	**$600〜**

※その他割引はQRコードからご確認ください。

ザ・スパ アット マンダリンオリエンタル シンガポール

The Spa at Mandarin Oriental, Singapore

マリーナベイ

贅沢なスパ・トリートメントと豪華な食事で至福のリラックスタイム

日頃の忙しさから解放されて、時には自分にご褒美。熟練のセラピストによる施術が受けられるザ・スパ アット マンダリン オリエンタル シンガポールでは、シグネチャーマッサージ「オリエンタル・インダルジェンス」または、セラピー効果の高い「Teh Hijau（テ ヒジャウ）」などのスパトリートメントと、リバイタライジング・ボディスクラブがセットになったスペシャルパッケージを展開中。スパ体験の後には同ホテル自慢のアフタヌーンティー、3コースのセットランチまたはディナーから1つ選べる充実のプランでリラックスしたひと時を過ごして。

6885-3533 Mandarin Oriental, Singapore, 5 Raffles Ave. Marina Square, (S) 039797
木〜月 9:30-19:00 火水休
mosin-spa@mohg.com
www.mandarinoriental.com/singapore

Gourmet Spa Getaway セットメニュー

・オリエンタル・インダルジェンス………$238
オリエンタルエッセンス マッサージ(60分)
ボディスクラブ(30分)

・Teh Hijau エッセンス…$288
Teh Hijauマッサージ(90分)
ボディスクラブ(30分)

どちらのパッケージもアフタヌーンティー、3コースのセットランチまたはディナーから1つ選択。

※要予約。予約状況により利用できない場合があります。※他の割引やプロモ、VIPカードなどとの併用不可。※2021年10月末まで

ティーエム　メディカルエステティックス

TM Medical Aesthetics

ノベナ

「最先端医療機器 × 経験豊富なドクターの施術で セルフケアで改善が難しい 様々な悩みを撃退」

たるみやシミ、そばかす、シワなどの悩みに対して、短期間で高い効果を望むなら美容クリニックでの専門治療がおすすめ。特に同クリニックはイギリスで医療を学び、美容大国アメリカで経験を積んだ女性ドクターが、その人にあった治療法をカスタマイズしてくれる。使用するのは、最新の美容医療機器。少ない施術回数で高い効果を実感できるほか、痛みが少ない、ダウンタイムがないなどメリットが多い。ドクターの豊富な知識と経験に基づく的確なカウンセリングと施術を求めてモデルや芸能人も通う人気の美容クリニックで、10年先を見越した本格ケアを。

1. HIFUによるリフトアップで 顔の輪郭や口元、目元のたるみを改善

加齢により、皮膚や皮下組織の働きが衰えることで起きてしまうお肌のたるみ。コロナ前と比べて輪郭がぼんやりしたと感じるなら、在宅勤務で表情筋が衰えていることが原因かも。HIFUは皮下組織のさらに下にある肌の土台、SMAS筋膜に超音波を照射して、肌を引き締める美容医療。同クリニックは経験豊富な女性ドクターが、一人ひとりの状態に併せて800～1000ショットを照射。リーズナブルな価格設定もありがたい。短期間で顎、頬、輪郭全体のたるみが効果的に引き締まるとファンが多い人気の施術をあなたも受けてみて。

HIFU

2. 強い紫外線ででき根深いたシミは 最新のピコシュアレーザーで徹底ケアを！

導入しているクリニックはシンガポール内に数軒という最新型のピコシュアレーザーを使用する同クリニックのシミ・そばかすケア。従来型の熱照射のレーザーでは色素をなくすために複数回の施術が必要だが、衝撃波によって色素を粉砕する同クリニックのピコシュアレーザーは1回で効果を実感できる。3Dカメラを使用して色素の種類や深さを確認してから施術を行うことも、的確な照射を可能にしている。

最新型のピコシュアレーザー

「今月のおすすめメニュー」

●ピコシュアレーザー	顔全体	1回	$480
	顔＋首	1回	$560
●プロファイロトリートメント		1本	$888
● HIFU		1回	$588
●レーザー脱毛		1回	$100～

※部位によって料金が変わります

3. 痛みのないレーザー脱毛で 思わず触りたくなる肌を実現

10数回の施術が必要なIPL脱毛と違い、美容クリニックのみに使用が許される特殊なレーザー脱毛で少ない施術でツルツルのお肌に。同クリニックのレーザーは、施術時に冷水がスプレーされる最新機器で痛みが伴わない。脇や腕、足はもちろん、女性ドクターなのでV.I.Oも安心。

4. 注目の保湿ケア プロファイロでプリッとした肌に

肌の内側に高濃度のヒアルロン酸を直接注入する保湿ケア「プロファイロ」。ハリの元となるコラーゲンやエラスチンを増加させる話題のメニューだ。1/10mm間隔で注入位置を調整する細やかな施術が、若々しいハリのある肌にしてくれる。エアコンや紫外線の影響が大きく、高温多湿で体内の水分が失われやすい当地では、保湿ケアを怠ると肌老化が進行しやすいのでご注意を。

8892-9320
10 Sinaran Dr. #11-34 Novena Medical Centre, (S)307506
月～金 10:00-22:00　土 10:00-18:00
日祝 10:00-15:00
contact@tmmedaesthetics.com
tmmedicalaesthetics.com/
tmmedicalaesthetics
tmmedicalaestheticssg

5回セットパッケージ

ピコシュアレーザー　顔全体	$2,160
ピコシュアレーザー　顔+首	$2,520
プロファイロ	$3,996
HIFU	$2,940
全身脱毛	$5,000

ジャパニーズ ボディー セラピー

Japanese Body Therapy

エスプラネード

骨盤矯正 × インナーマッスル強化で歪み改善、美しい体へ

オープンして以来、実に 2000 人以上が訪れている人気店。ボキボキっと音のする一般的な整体とは一線を画し、安全で痛みのないのが特徴。施術は、骨盤矯正ベッドで全身の歪みを整えた後に深部の筋膜を指圧でほぐす。さらに高周波電流で深層筋を刺激し、正しい位置に戻った骨盤を支えるインナーマッスルを鍛えて強い体幹を作るので、効果が長続きし、予防にも繋がる。首、肩、腰の慢性痛、冷えやむくみ、生理痛、頭痛や不眠症、猫背や O 脚でお悩みの方にオススメ！

6235-6371（WhatsApp +81-90-2304-1989 ※日本語可）
3 Temasek Bluv. #02-612 Suntec City Mall, (S) 038983
japanesebodytherapy.com
JapaneseBodyTherapy
jbtsuntec

[PROMOTION]

1. 骨盤矯正メニュー 55%OFF
PIM バランスプログラム
……$63（通常$140/60 分）
産後PIM プログラム
……$67.5（通常$150/60 分）
※ PIM(P =骨盤矯正, I =インナーマッスルトレーニング、M =筋肉調整) ※姿勢分析を含む

2. マンゴスティン倶楽部読者限定・回数券 40%OFF
※初回のみ※マンゴスティンを見たと伝えること※2021 年 10 月末まで※詳細はお問合せください。

ヘルスランド

Healthland Traditional Thai Massage

チャイナタウン

「タイ伝統の秘技が効く」

セラピストが全身を使いアクロバティックな技で最適な圧を加えるタイ古式マッサージ。ストレッチを通じて関節や筋肉の柔軟性を高め、全身の緊張をほぐしてリラックス状態へと導く。老化防止やストレス解消、スリミングにも効果あり。背中のコリや痛みに効く「背中マッサージ」は、即効性があるとリピーター多し。

6221-3376 / 9339-8629　252A South Bridge Rd., (Temple St. の角) (S)058801　10:00-22:30 無休
www.healthlandspa.blogspot.com
Healthland Traditional Thai Massage

タイマッサージ……
60 分 $60/90 分 $80/120 分 $100

マスク下のお肌、大丈夫ですか？

マスク着用がノーマルになってもう1年以上経ちますが、マスクの下のお肌はきれいですか? マスクが原因の皮膚炎にも注意です。不織布タイプによる擦れ、皮膚に合わない素材でかぶれたりしていませんか?マスクは一般的に、日傘のようにUV対策になっていないことが多いので、マスクで隠れている部分も実は日焼けしています！　油断していると、皮膚が傷ついた状態で日焼けしてしまい、傷が残ってしまうことも。定期的にマスクを見直したり、しっかり洗うことも大切。お肌もマスクもキレイに保ちましょう！

vol. 48 連載

ラッフルズ ジャパニーズ クリニック presents
来星間もない家族の悩みに答えます

シンガポール 健康相談

今月のテーマ

腰が痛い

質問するのは…

元気さんファミリー

元気さん一家はお父さん（桃太郎さん）の仕事の関係でシンガポールに引っ越してきたばかり。幼稚園の息子さん（リンゴさん）と1歳のお嬢さん（イチゴさん）がいます。

(父)元気桃太郎 37歳 (息子)リンゴ 5歳
(母)柚子 32歳 (娘)イチゴ 1歳

桃太郎さんはこのところ腰の痛みに悩まされています。起床時や、ずっと座っていて立ち上がるときの動作で痛くなるのを様子みてみましたが、どうも長引くので思い切ってラッフルズジャパニーズクリニックを訪れました。

桃太郎さん：…というわけなんです。
長谷川医師：お話の流れからすると、腰痛症の状態ですね。コロナで在宅ワークの増加に伴い、腰痛になる方が増えています。5月以降はそういった方が本当に多かったですね。
桃太郎さん：そういえばソファに座って作業したり、ジムが閉まってたことがきっかけになって、あまり運動しなくなりました。ちょっと太ったかもしれません。
長谷川医師：長時間の同じ姿勢は良くないですね。そして、太り過ぎはもちろんですが痩せ過ぎるのも腰痛の原因になるというデータがあるんです。腰痛の予防には、BMIを意識して、標準的な体重管理について考えることも大事なんですよ。それに、日常的に運動していない人は、している人と比べると腰痛になりやすいと言われているので、エクササイズを日常の生活に取り入れることは大切です。
ついでに、お酒の飲みすぎや喫煙も、腰痛の原因となり得るという研究が実はあるんですよ。
桃太郎さん：耳の痛い話ですね。そういえば外出制限のストレスで、生活習慣も乱れていました。
長谷川医師：腰痛を予防するためには、健康的な生活習慣と穏やかでストレスの少ない生活を心がけたいですね。

【まとめ】

- 健康的な体重の管理が腰痛の予防には好ましい
- 普段運動していないと腰痛を発症しやすくなる
- 喫煙と過度の飲酒は、腰痛発症と関連があるのではないかともいわれている
- 腰痛の予防には、健康的な生活習慣と穏やかでストレスの少ない生活が大切である

総合診療・整形外科

長谷川（はせがわ） 典子（のりこ）医師

京都大学教育学部卒業
日本医科大学医学部卒業
2010年10月より現職

日本救急医学会救急科専門医
日本旅行医学会認定医
日本整形外科学会会員
日本肩関節学会会員

腰痛・肩こりなどの一般整形外科疾患はもとより、特に外傷に関しても、治療から復帰まできめ細やかなサービスを提供いたします。患者様の痛みや不安に気づき、それを少しでも軽減できるよう、お手伝いができればと思っています。お気軽に御相談ください。

健康お悩み&疑問募集中！

プロの医師にマンゴスティン誌面で相談してみませんか？
j-clinic@rafflesmedical.com まで

RafflesJapaneseClinic

Main Clinic:
585 North Bridge Road
#02-00 Raffles Hospital
Singapore 188770
Tel:6311 1190

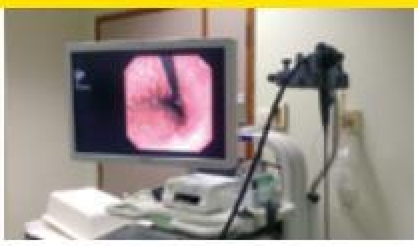
Orchard Branch:
1 Scotts Road
#05-06/11 Shaw Centre
Singapore 228208
Tel:6738 6550

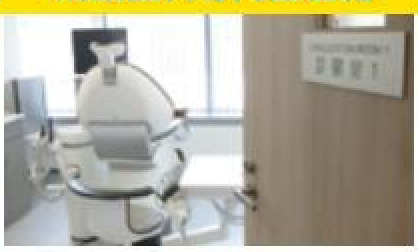
JGH ジャパングリーンクリニック JGHデンタルクリニック

密を防ぐ 全診療予約制

日本人医師団常駐

新型コロナ関連対応 | 内視鏡検査予約枠拡大 | 定期歯科検診 | 矯正歯科専門医在籍





ジャパン グリーン クリニック

- 外来診察（小児科・内科・外科・整形外科・婦人科・眼科*・他一般）• 予防接種 • 乳幼児健診 • 医療検査
- 健康診断 • 医療相談 • 理学療法（疼痛治療・リハビリ）
- カウンセリング *眼科は英語診療（日本語通訳同席）となります。

＜海外旅行傷害保険キャッシュレス対応＞

受付時間
● 月～金 8:30*～12:00、13:30*～17:30
● 土 8:30*～12:00（時間外13:30*～17:30）
*午前の一般診察開始時刻は9:00、午後は14:00です。予約時間にお越しください。
● 日・祝日 休診

電話再診で薬配送可。詳しくはウェブをご覧ください。

6734 8871
reception@japan-green.com.sg

JGH デンタルクリニック

- 一般歯科（着色&歯石除去・むし歯治療・歯周病治療・修復&義歯治療・抜歯）
- 小児歯科（乳幼児歯科検診・フッ素塗布・シーラント）
- 歯科検診 • ホワイトニング • 矯正治療*
- インプラント* *印は英語診療となります（日本人歯科医師が同席致します）

受付時間
● 月～金 8:45～12:00,13:45～17:00
● 土 8:45～12:00
● 日・祝日 休診
※初診・再診ともに予約制

6235 7747　8745 7103（SMS専用）
jghdental@japan-green.com.sg

290 Orchard Road
#10-01 Paragon
*エレベーターはTower 1, Lobby Eをご利用ください

www.japan-green.com.sg

NMC
日本メディカルケア
NIPPON MEDICAL CARE・日本人向けクリニック

患者さんからの信頼を
大切にします

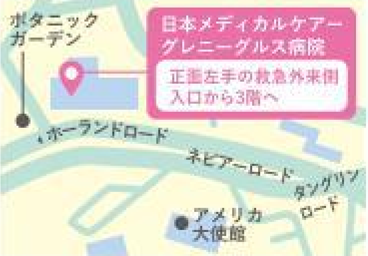
渡航前
PCR検査
クリニックにご連絡を

6474-7707（総合）/ 6479-3722（健診室）

診療時間 平日 9:00-12:00 / 14:00-17:30
土曜 9:00-12:00（日・祝日休診）

診療内容 産婦人科、小児科、内科、外科、皮膚科、耳鼻科、その他一般診療、乳幼児健診、健康診断、ドック検診、理学療法、予防接種

住所 6A Napier Rd. #03-31 Annexe Block
Gleneagles Hospital Singapore 258500



nmc@nipponmedicalcare.com.sg
www.nipponmedicalcare.com.sg

NIHON PREMIUM CLINIC
ニホン プレミアム クリニック

インフルエンザ、みんなで予防キャンペーン中!
詳細はWEBで

婦人科	整形外科・手外科	総合診療・外科	皮膚科
渊河美貴医師	赤井敬紀医師	黒川剛史医師	菊地夕子医師

診療科目
○総合診療科 ○内科 ○外科
○小児科 ○皮膚科 ○整形外科
○手の外科 ○婦人科 ○消化器外科
○耳鼻咽喉科 ○眼科 ○産科
○健康診断 ○予防接種

受付時間

通常診療	月～金曜	9:00-12:30
		14:00-17:30
	土曜	9:00-12:30
日曜診療		10:00-12:00

海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス対応

三密回避のため全科目お電話でご予約ください。
感冒症状がある方は必ず事前にご連絡ください。

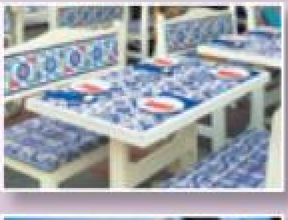
Tel: 6397-2002 Fax: 6397-2112
Email: contact@npc.sg
ノヴィナメディカルセンター11階（MRT Novena 駅直結スクエア２内）
10 Sinaran Drive, #11-12/13/30 Singapore 307506

www.nihonpremiumclinic.com

Mangosteen Club
オフィシャルブロガー募集中！

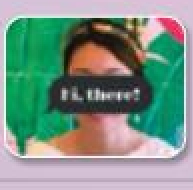
好奇心旺盛にシンガポールライフを送っているあなた、
オフィシャルブロガーとして、
シンガポールの魅力を発信しませんか？

グルメ、美容、子育て、習い事、シンガポールの生活情報など、マンゴスティン倶楽部の読者が知りたいと思っている情報を発信してくださる方、大歓迎。



プロ・アマ問わず「この分野なら任せて」という得意分野を持っている方

おいしいお店、インスタ映えする場所、あなたしか知らない素敵なシンガポールライフを発信してくださる方



●**ご応募は**── 名前、年齢、得意分野(飲食、美容、子育て…等)、取材が可能な曜日・時間帯を記入し、顔写真を添付の上、メールにてご応募ください。個人情報の取り扱いについては、Mangosteen Club WEBをご確認ください。
ご応募・ご質問の宛先　editor@mangosteen.com.sg

Mangosteen Club Web

WEBには いろんなカテゴリーの 記事が満載されています お見逃しなく!

マンゴスティン倶楽部は、グルメやビューティー情報だけではありません!
WEB サイトには、誌面に入りきらなかった、様々なカテゴリーの情報がたくさん掲載されています。 習い事に興味がある人、子育て中のご家族、みなさんに役立つ、楽しい旬の情報があるので、ぜひ一度、覗いてみてください!

https://www.mangosteen.com.sg/

＼10月号よりWebから誌面へお引越ししました！／

紀伊國屋書店がおすすめする

今月の本

みんなで読書、楽しみましょ。 vol.26

よこみぞゆり(著)
出版社:主婦と生活社
ISBN:9784391156454

「ねこ絵本　すみっコぐらし」

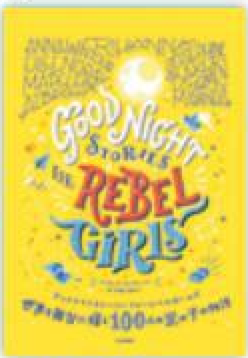
ベストセラーのすみっコぐらしの絵本が、キャラクター別に5冊も登場！
「ねこ絵本」「とかげ絵本」「しろくま絵本」「とんかつとえびふらいのしっぽ絵本」「ぺんぎん?絵本」です。ぜひ全部、揃えてみてください！

Kinokuniya でのご注文はこちら
singapore.kinokuniya.com/bw/9784391156454

「世界を舞台に輝く100人の女の子の物語 —グッドナイトストーリーフォーレベルガールズ」

各界で活躍する100人の実在の女性の物語を集めた本。
原書の「GOOD NIGHT STORY FOR REBEL GIRLS」はシンガポールでもベストセラーです。
著者のエレナ・ファヴィッリは、ジャーナリストでもあり、"ニューヨークタイムズ"のベストセラー作家です。

Kinokuniya でのご注文はこちら
singapore.kinokuniya.com/bw/9784309291611



エレナ・ファヴィッリ / 芹澤恵(著)
出版社:河出書房新社
ISBN:9784309291611

紀伊國屋書店シンガポール本店　6737-5021
391 Orchard Road. #04-20/20A/20B/20C/21
Takashimaya S.C., Ngee Ann City, (S) 238872
10:00 - 21:30 無休
公式サイト:kinokuniya.com.sg

CANADIAN EDUCATION COLLEGE

政府登録校　ERF Reg.No200309720D　28/08/2019-27/08/2023

10月オススメのコース

ジェネラルイングリッシュクラス(読む、書く、聞く、話すを総合的に学べるクラス)
- フルタイム …… $2,650/12週間(月〜金 3時間/回)
- パートタイム …… $1,280/12週間(週3回 2時間/回)

プライベートレッスン …… $67〜100/時間(12時間から申し込み可)

英会話クラス(聞く、話すの分野に特化したクラス)
…… $890/12週間(週2回2時間/回)

ビジネスイングリッシュクラス …… $560/12週間(週1回2時間/回)

TESOLディプロマコース
- フルタイム …… オトク! $1,900/8週間(月〜金 3時間/回)
- パートタイム …… オトク! $1,900/16週間(月・水・木 2.5時間/回)

IELTS対策コース(フルタイム) …… $2,650/12週間(月〜金 3時間/回)

※そのほかの費用につきましては、ウェブサイト上のスケジュールをご参照ください
http://www.canadian.edu.sg/courses

新規スタート！
シンガポールにいる今こそ、始めませんか?
お子さまの英語力アップに効果的なプライベートレッスン・セミプライベートレッスン！

キッズプライベートレッスン
●受講料 …… $570(10セッション)(45分／回)

キッズセミプライベートレッスン
●受講料 …… $900(10セッション)(45分／回)

10月プロモーション
英会話クラス12週間以上のお申し込みで
レッスン1週間分をプレゼント+登録料無料！
※詳細はお問合せ下さい。

10月のその他のプロモーション ※詳細はお問合せ下さい。
★全グループレッスン登録料($100) …… 50%割引き
★ジェネラルイングリッシュ(フルタイム)
登録料($100)+テキスト代($60) …… 無料
★IELTS対策コース登録料($100) …… 無料
★TESOLテキスト代($140) …… 無料

住所：360 Orchard Road International Building #04-07/08 (S)238869
※オーチャード駅 MRT より徒歩5分、ShawCenter の裏辺り(オーチャードロード沿いのビル)
japan@canadian.edu.sg(小山) www.canadian.edu.sg
掲載内容については、日本人スタッフ常駐ですので、いつでもお気軽にお問い合わせ下さい。
☎6336-0666

Certificate No. EDU-2-2135
Validity: 5 March 2021 to 4 March 2025

10月のトピック

子ども用のかわいいマスク

マスクをする毎日が普通になりましたが、お子さん用のマスクって皆さんどういうものを選んでいますか？
今回は、子ども用マスク迷子のみんみんが、オンラインで購入できるかわいいマスクを探してみました！

※布マスクは不織布マスクよりも感染防止効果が劣るといわれています。フィルターをはさむ、不織布マスクと組み合わせる、布マスクを使うのは人が集まらない場所に限るなど、適宜ご判断のうえご使用いただくことをおすすめします。

KIDS

一日一歩
親子で成長

CYC Made to Measure

シーワイシー メイド トゥ メジャー

子ども用とはいえ大人びたデザイン

エジプト綿を使用し、丁寧に作られたマスク。アジャスターがついているので、ひもの長さが調整できます。鼻に当たる部分にはワイヤーが入っていて、顔にしっかりフィット。布が薄いので、フィルターを入れるのがおすすめ。店舗でもオンライン（$50以上で配送料無料）でも購入可能。1枚$20。

little hand studio

リトル ハンド スタジオ

センスが光るかわいい柄物マスク

子ども用はXS（5歳以下）、S（12歳以下）の2サイズ。3層構造のしっかりした縫製の布マスクで、ストラップはアジャスターつき。おしゃれな柄物が中心ですが、シンプルなデザインのものもありますよ。動物が好きなわが子には、アニマル柄をセレクト。1枚$16。

Etsy

エッツィー

マスク以外もそろうハンドメイドサイト

日本の「minne（ミンネ）」のように、ハンドメイド作品が並ぶアメリカのサイト。マスクも数多く出品されています。みんみんが購入したのはシンガポールの「The Cotton Shoppe」というお店。トラッキングできる配送方法を選ぶのがおすすめです。1枚$14。

Le Petit Society

ル プティ ソサエティ

やわらか素材でやさしくフィット

種類が豊富でお値段がお手頃なのが魅力。男の子用も女の子用も、お気に入りがきっと見つかりますよ。店舗でもオンラインでも購入可能。オンラインの場合は$80以上で配送料無料になります。子ども用はXS（2～5歳）、S（6～10歳）の2サイズで、1枚$8～12。

MY SWEET SCARLETT

マイ スウィート スカーレット

こだわりのオーガニックコットン製

キッズサイズのマスクは種類が限られますが、ナチュラルテイストの柄が素敵。3層構造で、さらにフィルターを入れられます。子ども用はX-Small（1～3歳）とSmall（4～8歳）の2サイズ。大人用もあるので、親子でおそろいを楽しんでもいいですね。1枚$18。

大人用のリネンマスクも素敵！

大人用として刺繍がおしゃれなリネンマスクもあります！1枚$25～28で、$5プラスすれば名前やイニシャルを入れることも。

編集みんみん

在星歴5年。11歳、9歳の2児の母。わが家の子どもたちは布マスク派。手持ちのマスクがだいぶくたびれてきたので、かわいいマスクをネットで探してみました。

詳しくは www.mangosteen.com.sg へ！

Newtonshowで子供の「好き!」を見つけよう

「探究型」冬季ホリデーキャンプいよいよスタート!

シンガポールでもっとも定評のある『Newtonshow（ニュートンショウ）』恒例のホリデーキャンプが始まります。特色ある5つのカテゴリーによって子どもの「好き!」や「できる!」を叶える探求型の期間限定プログラム。キャンプ中の様子は毎日ビデオと写真で送られてくるのも嬉しいポイント。さっそくチェックしてみて。

4 ドラマ・ラマ スクール

子供が主役！5日間の演劇キャンプ

この冬の演目は'Brian the Christmas tree'　。6歳から14歳までのお子さんを対象に、半日と終日の2つから選べます。最終日の発表会では子供たちの演技の集大成を見に行こう!

時間：月～金　半日9:00-12:00、13:00-16:00もしくは1日9:00-16:00
対象年齢：6歳～14歳
料金：半日$400　1日$730（いずれも2回のお菓子と昼食付き）
場所：River Valley Rd.
期間：2021年11月22日～2022年1月7日

www.dramalama.sg

3 トマト・クッキング スクール

作って食べて！
シェフ＆パティシエ体験

イタリア、アメリカ、イギリス、ロシア、インドから好きな国のクリスマス料理を選んで作ろう。経験豊富でフレンドリーなシェフがわかりやすくアドバイスしてくれます。

時間：月～金　半日9:00-12:00、13:00-16:00もしくは1日9:00-16:00
対象年齢：6歳～14歳
料金：半日$400　1日$730（いずれも2回のお菓子と昼食付き）
場所：River Valley Rd.
期間：2021年11月22日～2022年1月7日

www.tomatoschool.sg

発見いろいろ！ 5つのキャンプ

1 サイエンスキャンプ

宇宙の不思議、科学の神秘をテーマにワクワク

マルティ・サイエンス
犯罪現場を捜査しよう!科学を駆使して犯人を見つけ出すよ。さあ、未知なる世界へ飛び込もう。

ハリーポッター
錬金術、占い、天文学、動物のコミュニケーション方法までわかっちゃう!不思議いっぱいマジカルな時間を過ごして。

ケミストリー・カオス
潜望鏡、風力発電機、エコーチェンバー、そしてアニメの原点フェナキストスコープも手作りするよ!

時間：9:00-16:00
対象年齢：3歳～12歳
料金：1日$80～（2回のお菓子と昼食付き）
場所：River Valley Rd. Bukit Timah Rd. Novena and Joo Chiat Rd.
期間：2021年11月22日～2022年1月7日

www.newtonshowcamp.com
www.facebook.com/newtonshowcom/
www.instagram.com/newtonshow_com/

2 Maker メイカーキャンプ

ロボット作りやコーディングを楽しく学ぼう！

太陽電池で動く街やトラム、ダンボール工作、信号機、地球儀を作ったり。まざまなツールを使って創作性と創造性を高めます。"I am Maker" と"Alice in MakerLAnd"が新登場!

時間：9:00-16:00
対象年齢：3歳～12歳
料金：1日　$80～（2回のお菓子と昼食付き）
場所：River Valley Rd. Bukit Timah Rd. Thompson Rd.
期間：2021年11月22日～2022年1月7日

www.maker.sg
www.facebook.com/MakerAtSingapore
www.instagram.com/maker.sg/

5 ビジュアライズスクール オブ アート＆デザイン

描く・造る・アートにふれて
色彩感覚と感性を磨く

プロの美術監督の指導のもと、子どもの創造力をあらゆる方面から育てるプログラム。彫刻、ポスター、肖像画などテーマもいろいろ。幅広いジャンルのテクニックが身につきます。

時間：月～金半日9:00 - 12:00、13:00-16:00もしくは1日 9:00-16:00
対象年齢：6歳～14歳
料金：半日$400　1日$730（2回のお菓子と昼食付き）
場所：River Valley Rd.
期間：2021年11月22日～2022年1月7日

www.visualize.sg

5つのキャンプ共通のうれしい割引あり！

兄弟姉妹割引–10%OFF
マンゴスティン倶楽部読者– 5%OFF

Newtonshow　Tel:8264-6655　www.newtonshowcamp.com　www.facebook.com/newtonshowcom/